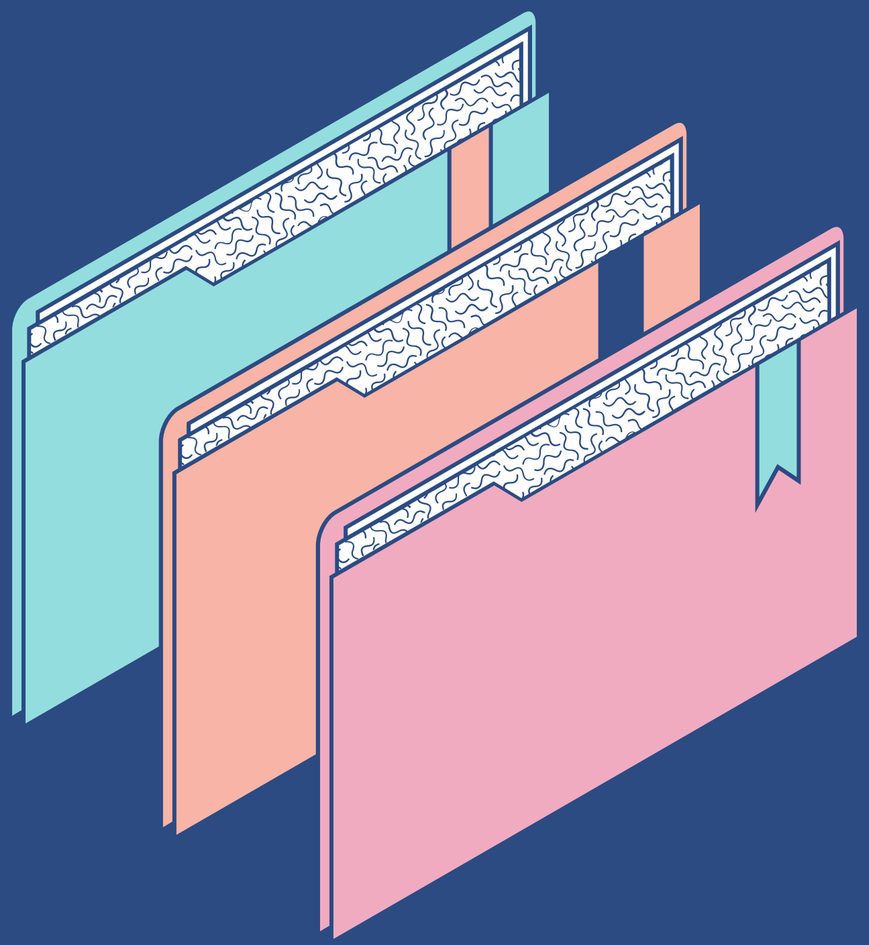
Descubre tu sistema de productividad

Daniel Bonifaz



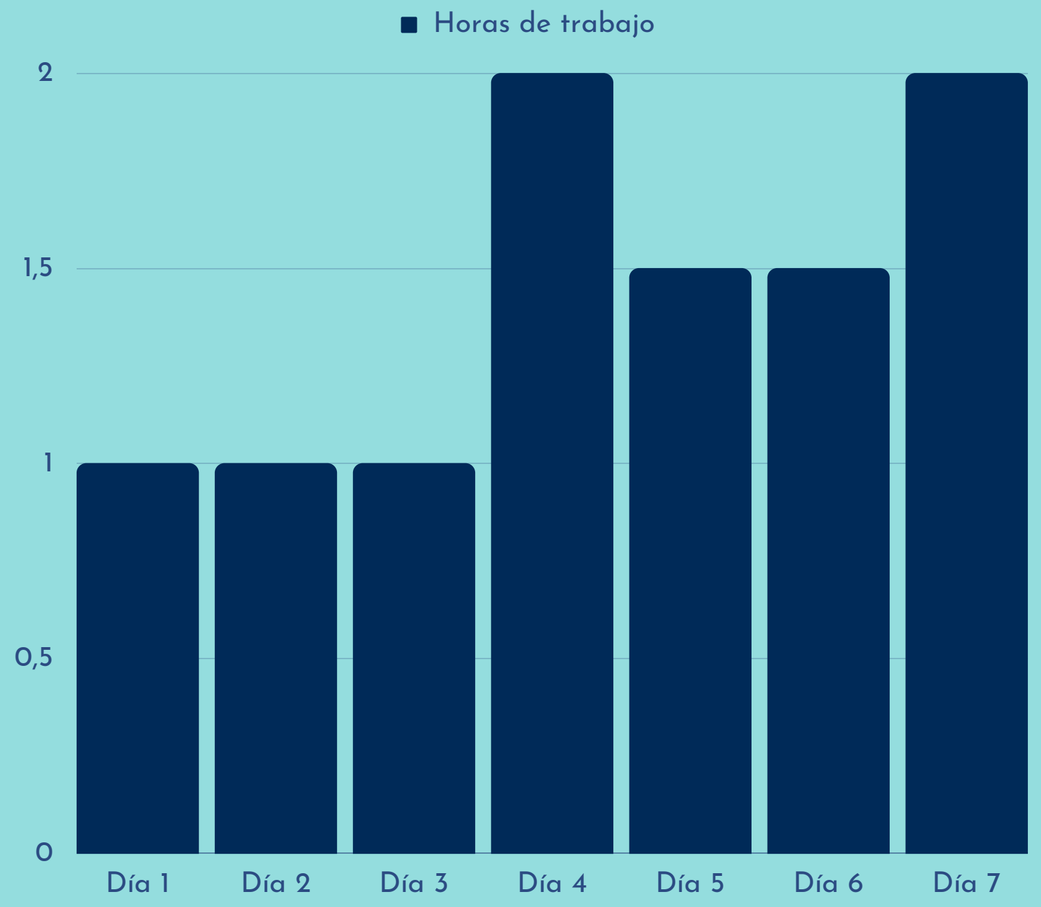
Agenda

TEMAS PRINCIPALES DE ESTA PRESENTACIÓN

- Mentalidad del Procrastinador
- Secreto de productividad: Planificar, Documentar y Ejecutar
  - Planificar:
    - Scorecard del año
  - Documentar
    - Sistema CODE
      - Captura
      - Organiza
      - Destila
      - Expresa
  - Ejecutar
    - Priorizar + Timeboxing
    - Enfocar
    - Cuida tu energía
    - Reflexión

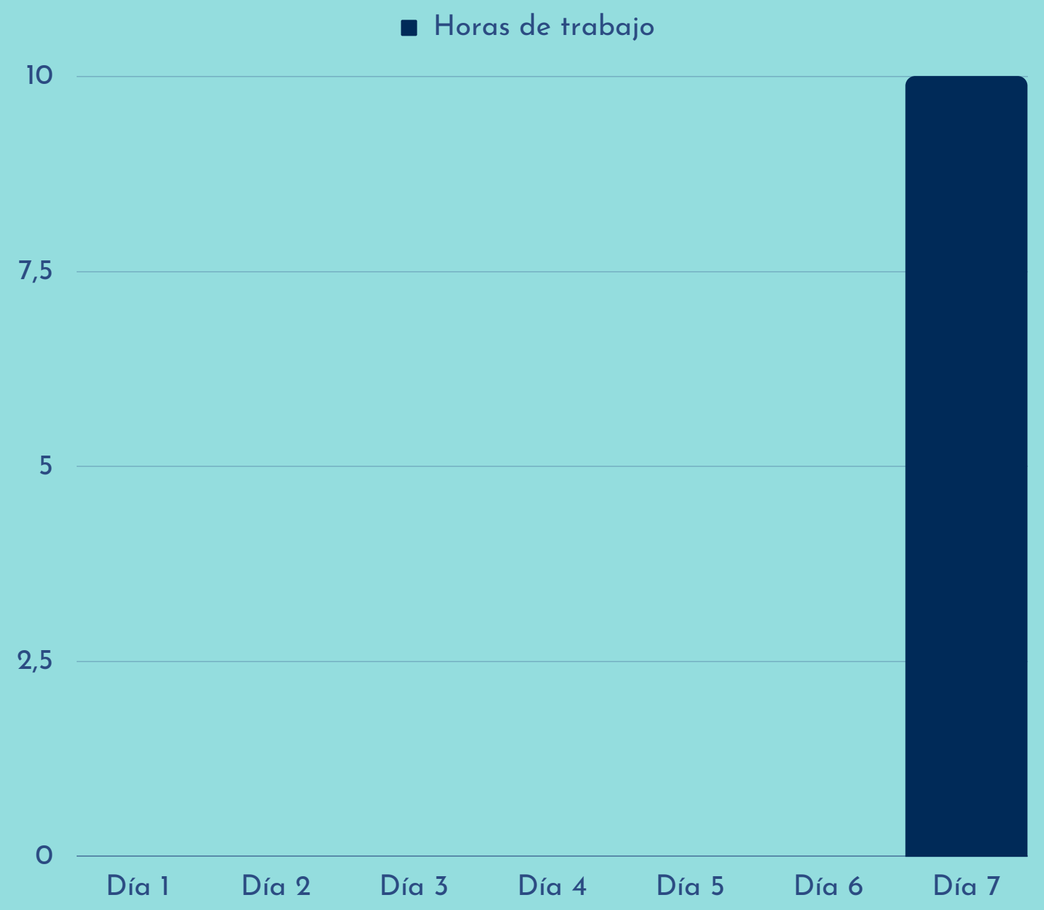
¿Cuál es la mentalidad de un procrastinador?

Una presentación que te toma hacerla 10 horas

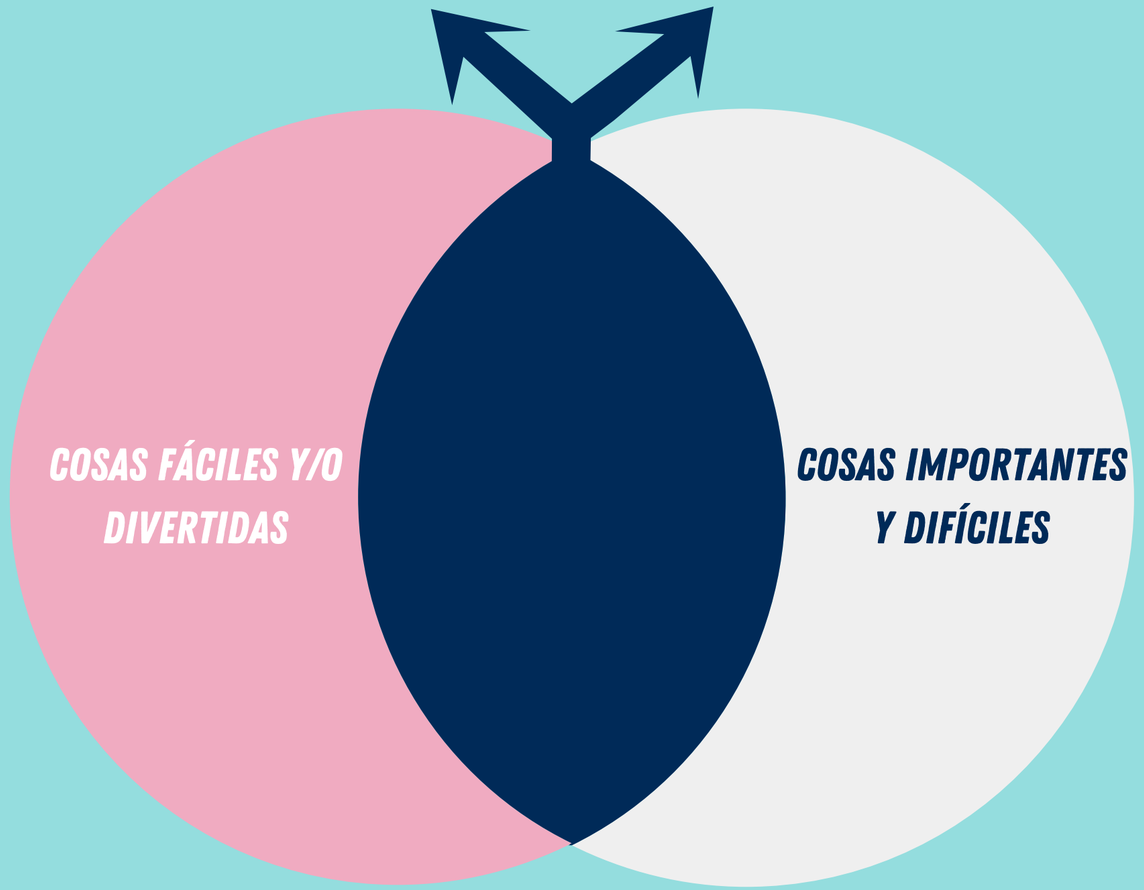


¿Cuál es la mentalidad de un procrastinador?

Lo que en verdad pasa...



¿Cuál es la mentalidad de un Procrastinador?



Fuente: Tim Urban: Inside the mind of a master procrastinator | TED

¿Cuál es la mentalidad de un Procrastinador?

~~COSAS IMPORTANTES~~
~~Y DIFÍCILES~~

Fuente: Tim Urban: Inside the mind of a master procrastinator | TED

¿Cuál es la mentalidad de un Procrastinador?

Monstruo del Pánico

El procrastinador tiene un ángel guardián que viene a ser la vergüenza pública, el desastre de tu carrera o otra consecuencia horrible

Fuente: Tim Urban: Inside the mind of a master procrastinator | TED

¿Qué pasa con aquellas cosas que no tienen un deadline?

El monstruo no aparece...

Ver a tu familia

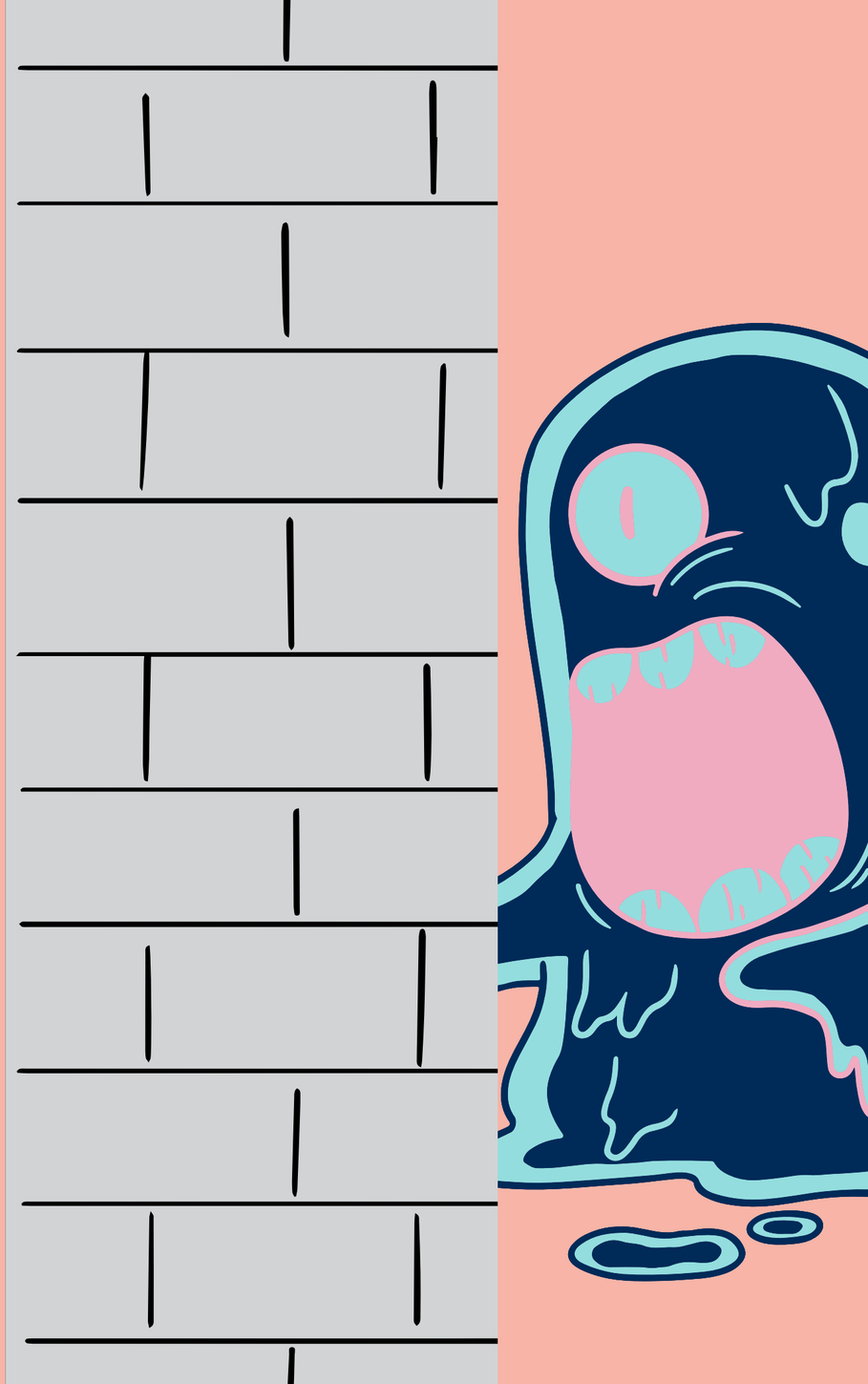
Emprendimiento

Ejercitarte

Leer un libro

Desarrollar un talento

Crear contenido



Espectador de tu propia vida

Secreto de Productividad

PLANIFICAR

Scorecard del año

Identidad
Proceso
Resultado

DOCUMENTAR

Mensaje a tu "Yo futuro"

Obvio (Tiempo y locación)
Atractivo
Fácil
Satisfactorio

EJECUTAR

Vencer el miedo

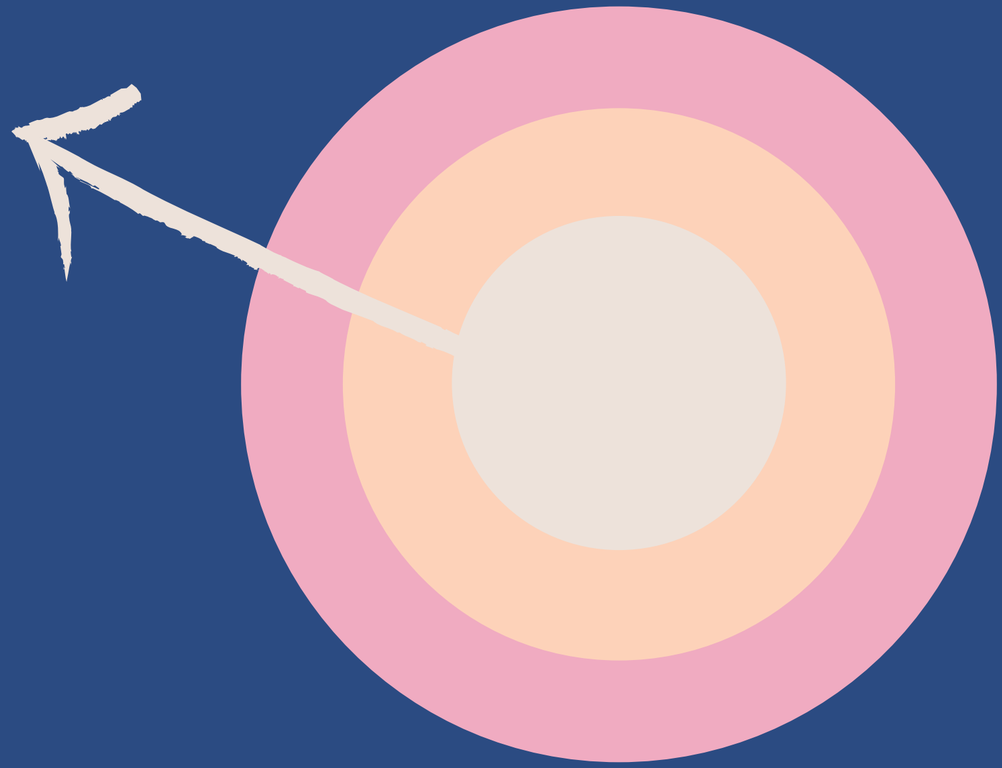
Prioridad
Enfoque
Manejo de energía
Reflexión

Planificar

Decir "no" a algo te hace más capaz de decir "sí" a lo esencial

Planificar

¿Quién quieres ser?
¿Cómo te pruebas quién eres?
¿Qué quieres lograr?



Scorecard de mi año

Ser un padre y esposo ejemplar

Ser un empresario exitoso

Ser líder de opinión de negocios

Ser un deportista con hábitos saludables

Ser libre financieramente

Agendarme un espacio de "Deep Work" mínimo 3 veces a la semana

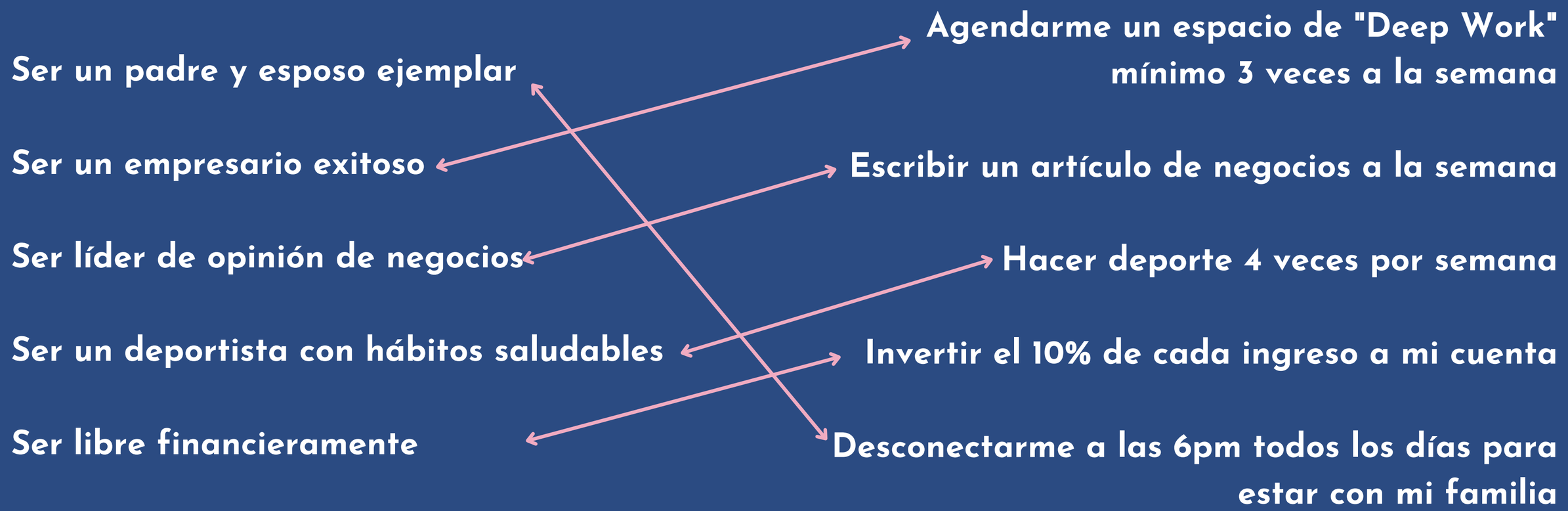
Escribir un artículo de negocios a la semana

Hacer deporte 4 veces por semana

Invertir el 10% de cada ingreso a mi cuenta

Desconectarme a las 6pm todos los días para estar con mi familia

Scorecard de mi año



¿Ya armaron el suyo?

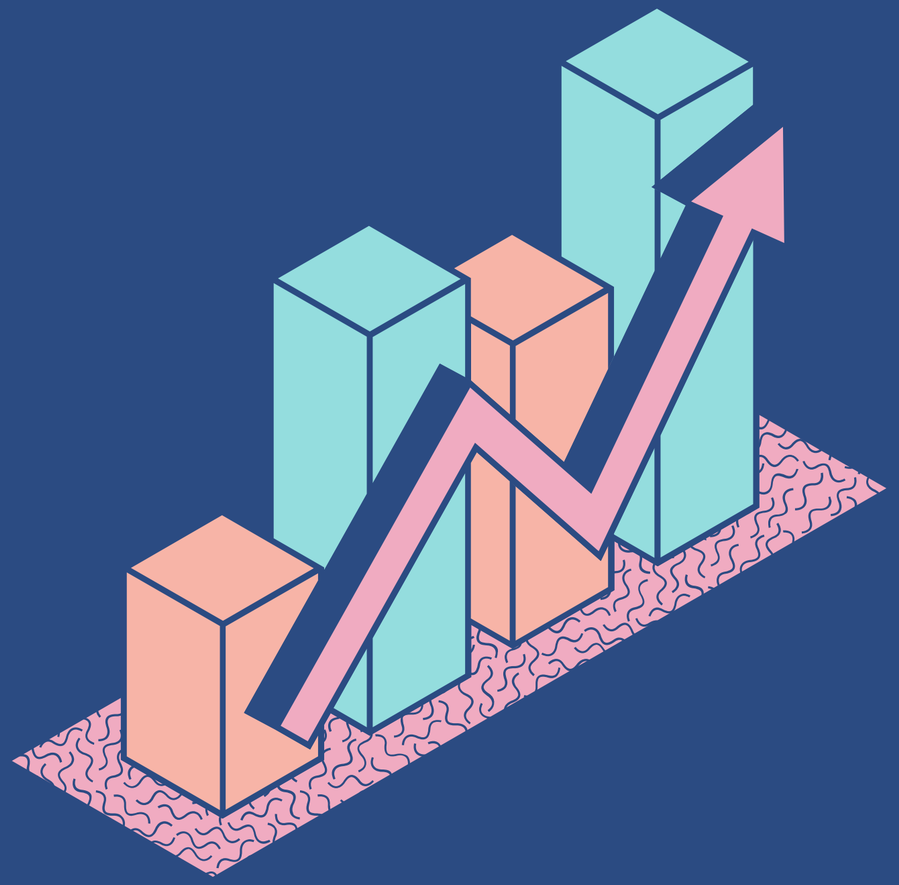
- **Learn & Earn**
  - Ser un empresario exitoso
    - Kambista: Hablar con 1 colaborador una vez a la semana
    - Hablemos de negocios: Escribir 1 artículo a la semana
    - Flip: Revisar 1 vez a la semana la estrategia de contenido
    - My Good Week: Crear una publicación cada 15 días
  - Ser un líder de opinión de negocios, inversiones y productividad
    - Reflexionar en lo que resuena en mí: Escribir en mi 📝Journal todos los días
    - Lectura y aprendizaje: Leer mínimo 30 minutos todos los días
    - Creación de contenido: Crear mínimo 3 contenidos semanales
  - Ser un padre y esposo ejemplar
    - Tiempo en familia: Desconectarme máximo 7pm del trabajo para estar con Marti y Mafe
    - Calidad de vida de pareja:
      - Salir a comer 1 vez cada 15 días
      - Ayudarla 1 hora a la semana con Morana
  - Ser una persona deportista y saludable
    - Deporte: Hacer deporte mínimo 4 veces a la semana
    - Alimentación: Comer ensalada + proteína de Lunes a Jueves todas las noches
  - Ser una persona más libre financieramente
    - Invertir el 10% de mis ingresos cada mes
    - Tasa de ahorro setiembre = 21.96%
    - Tener una tasa de ahorro mensual de 40%

Documentar

"Nuestro cerebro no está hecho para retener ideas, sino para crearlas" David Allen

Sistema CODE

Captura, Organiza, Destila y Expresa



Fuente: Tiago Forte: Building a Second Brain

Captura

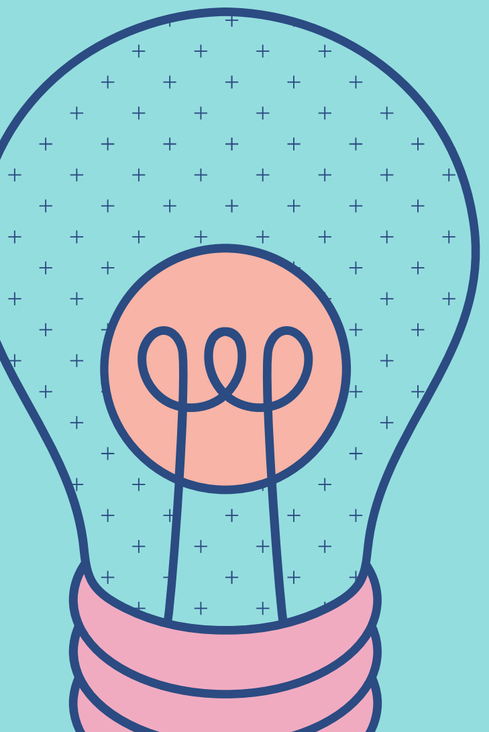
“

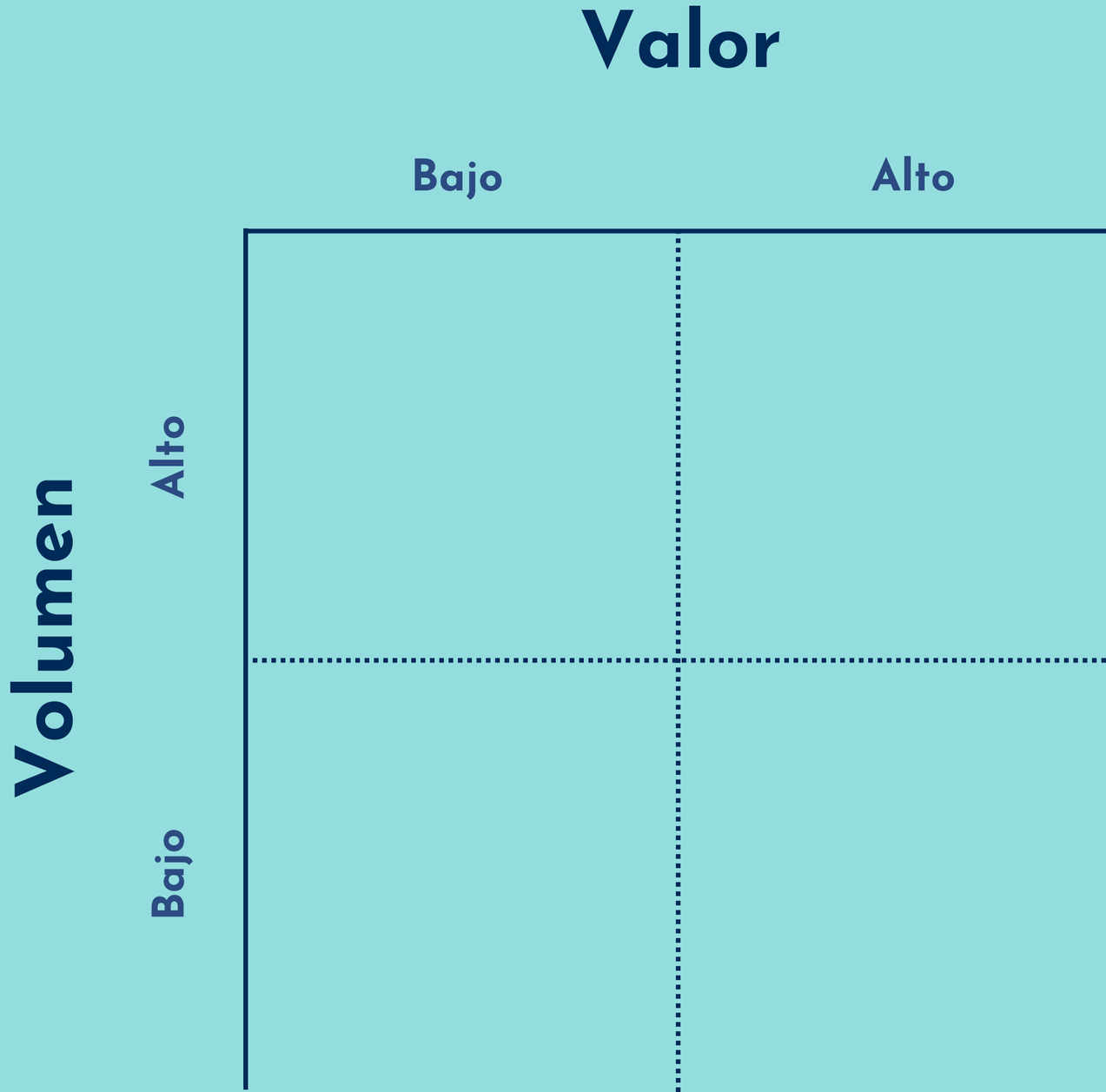
El bien de consumo más escaso es la atención

a. ¿Te parece útil?
b. ¿Te inspira?
c. ¿Te resulta personal?
d. ¿Te sorprende?

Hagamos un ejercicio...

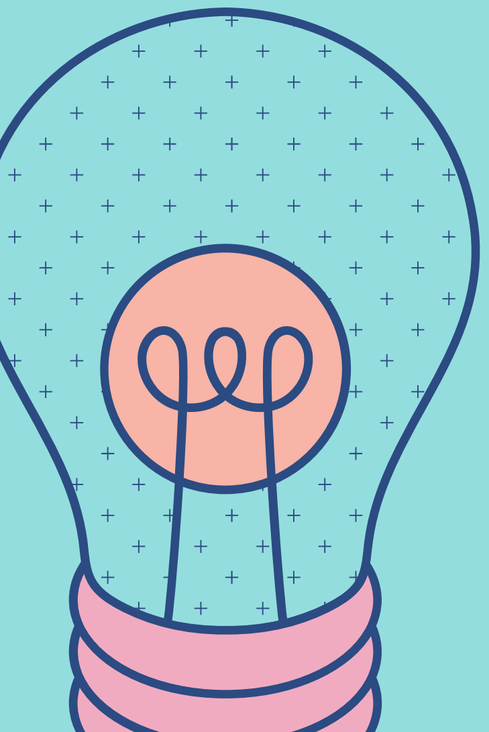
¿De dónde llega toda la información?

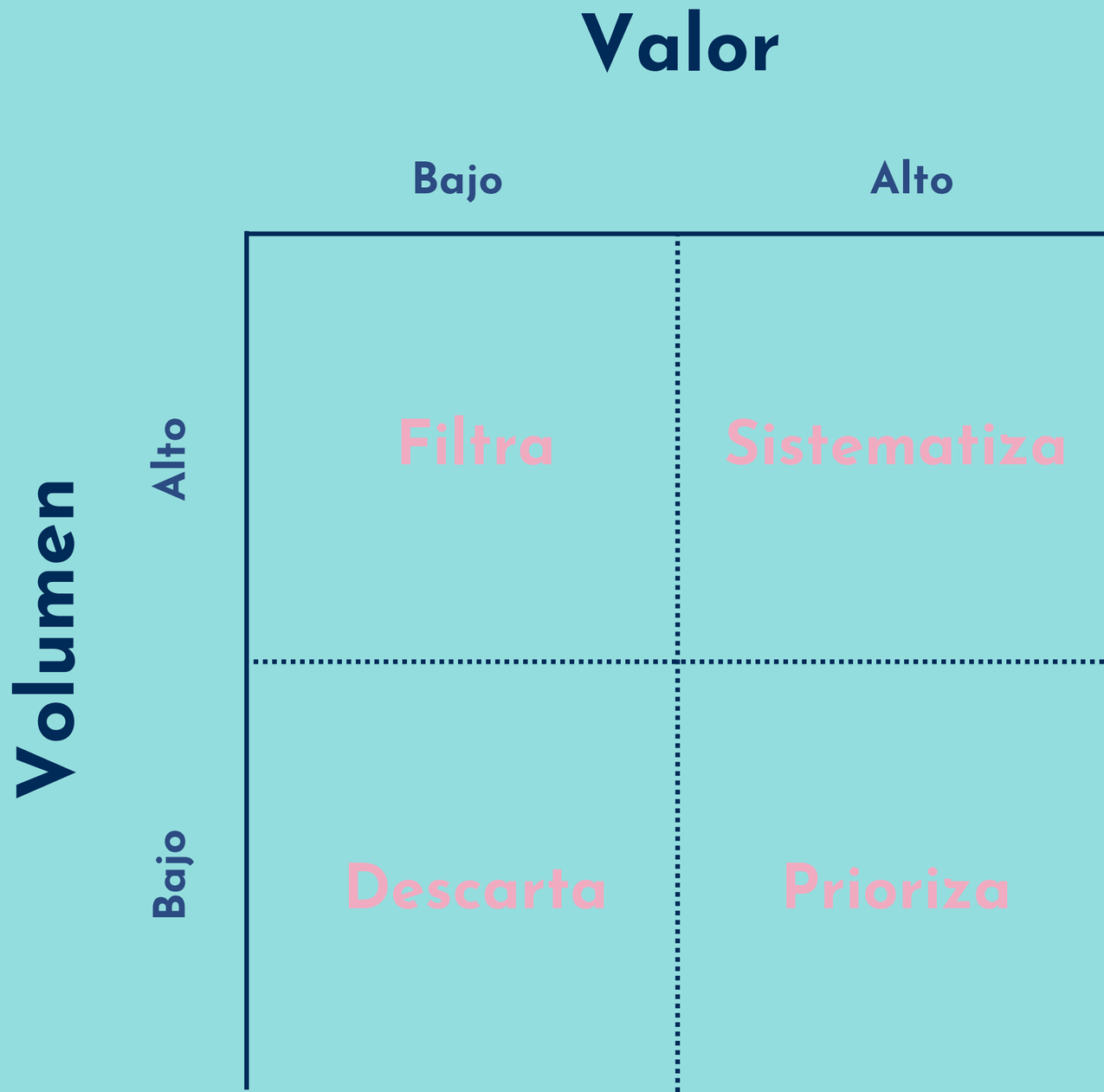




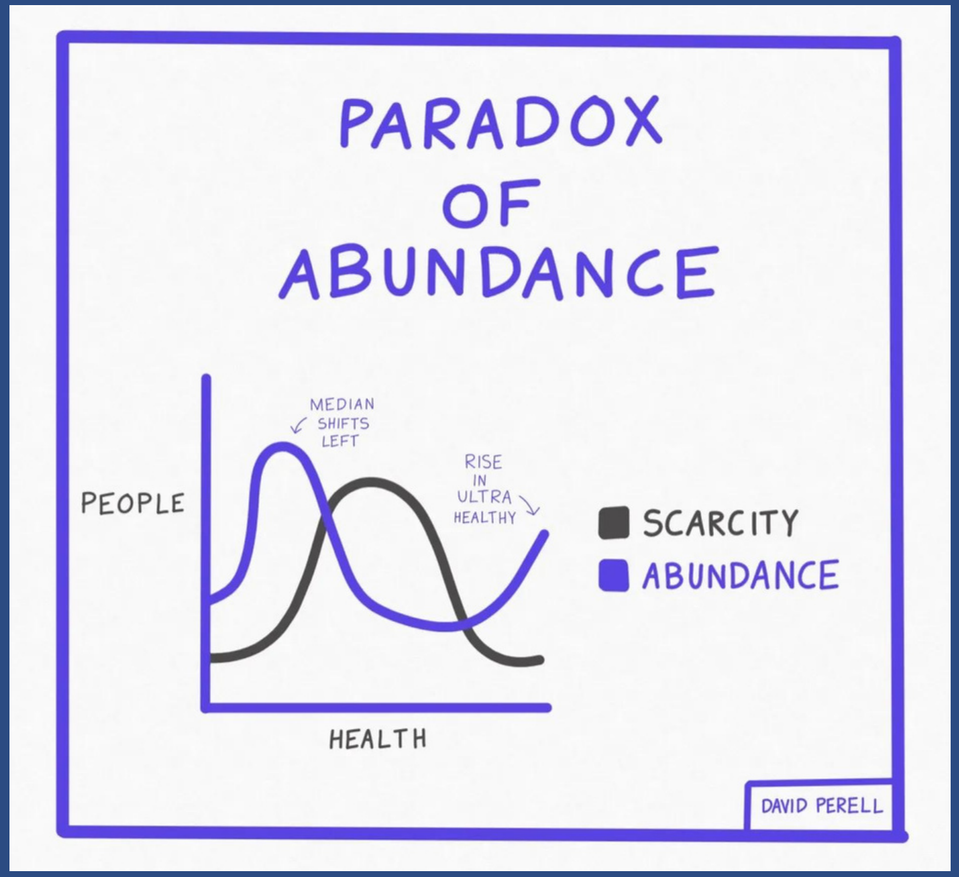
Hagamos un ejercicio...

¿De dónde llega toda la información?





Paradoja de la abundancia



La calidad promedio de información está decreciendo con el tiempo. Sin embargo, las cosas de alta calidad se están haciendo mejor y mejor. La abundancia es al mismo tiempo mala para el consumidor "medio" pero buena para el consumidor "consciente y exigente" que filtra el ruido.

Organiza

Tareas & Notas

P.A.R.A =

Proyectos

Áreas

Recursos

Archivados

Destila

La perfección es una distracción

Proyectos

$$\text{RICE} = \frac{\text{Reach} \times \text{Impact} \times \text{Confidence}}{\text{Effort}}$$

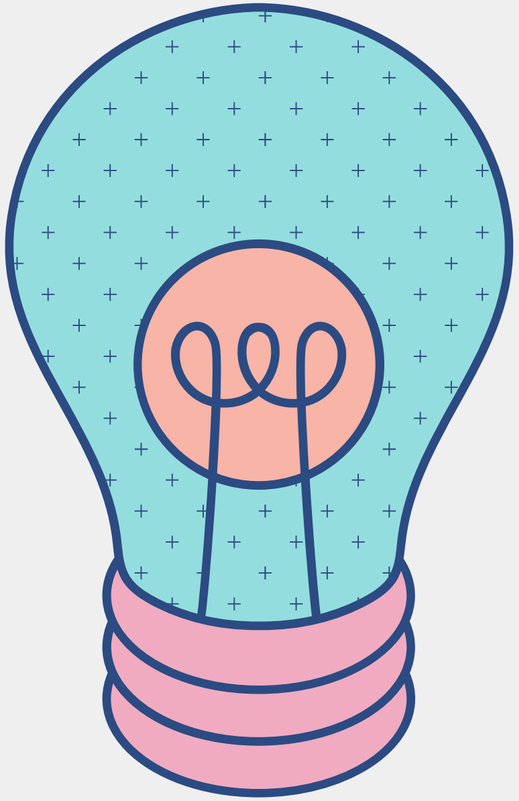
Tareas

	Urgente	No urgente
Importante	Hazlo primero	Agéndalo
No importante	Delega	Elimina

Notas

Método Zettelkasten

- Flotantes
- Literales
- Permanentes



Expresa

Los mejores empresarios, inversores y pensadores tienen una capacidad en común: abstraer la complejidad y transmitir las ideas de forma sencilla y digerible

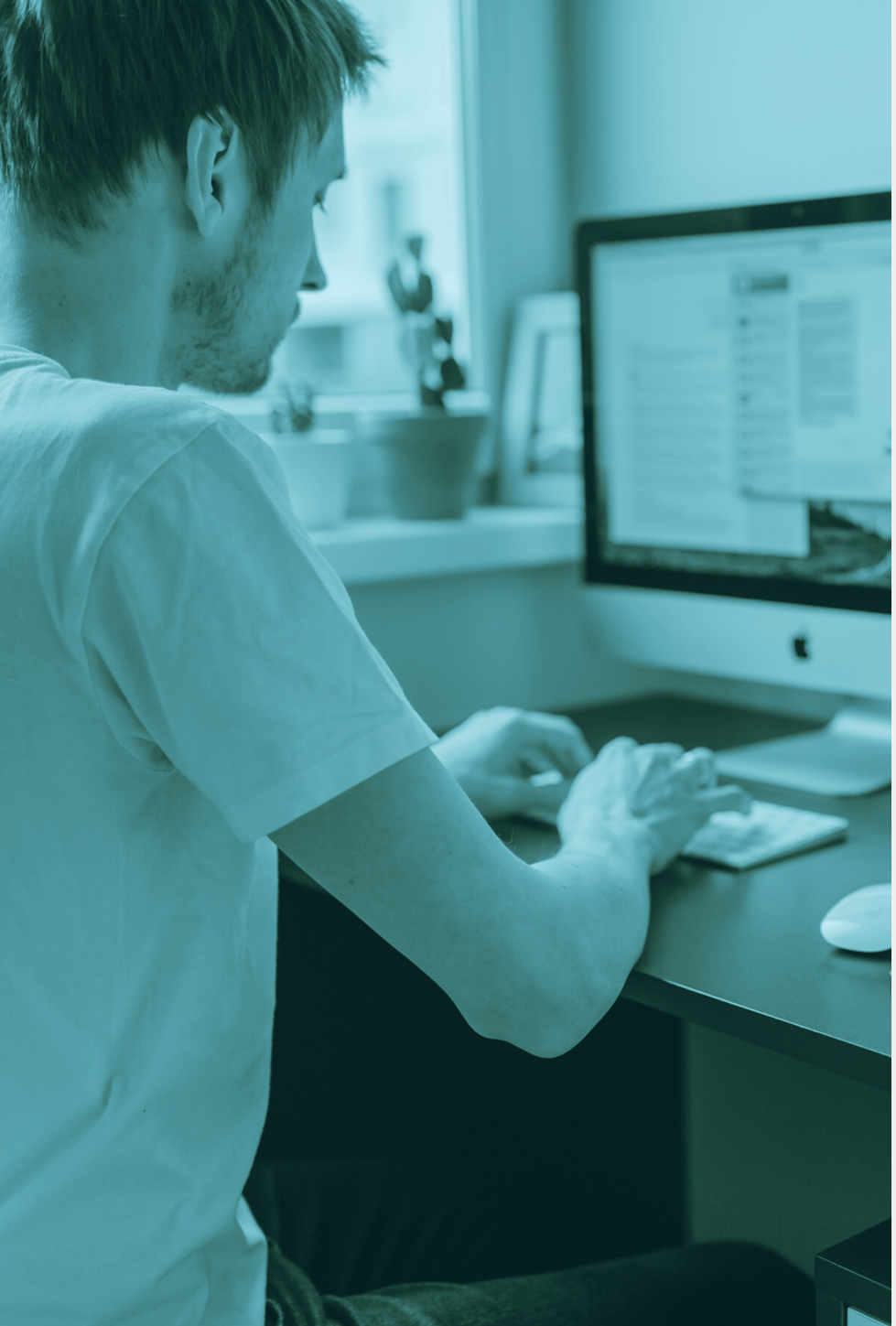
Técnica de Feynman

Prepara el escenario

Explícamelo como si tuviera 5 años

Identifica las lagunas

Organiza y comunica



Acción

Si al final del día te preguntara esto...

¿Qué ha sido lo mejor que has conseguido hoy?

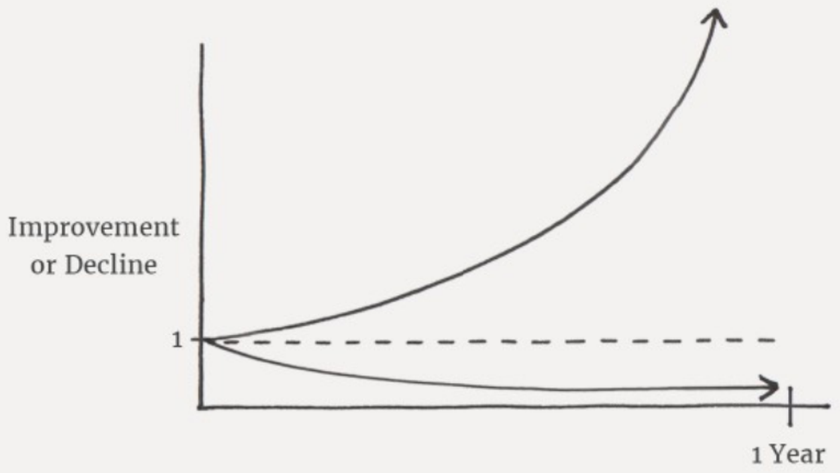
Aplica esta matriz

Impacto	Esfuerzo: Bajo	Esfuerzo: Alto
Alto	Quick wins	Proyectos principales
Bajo	Rellenos	Zona de peligro

The Power of Tiny Gains

1% better every day $1.01^{365} = 37.78$

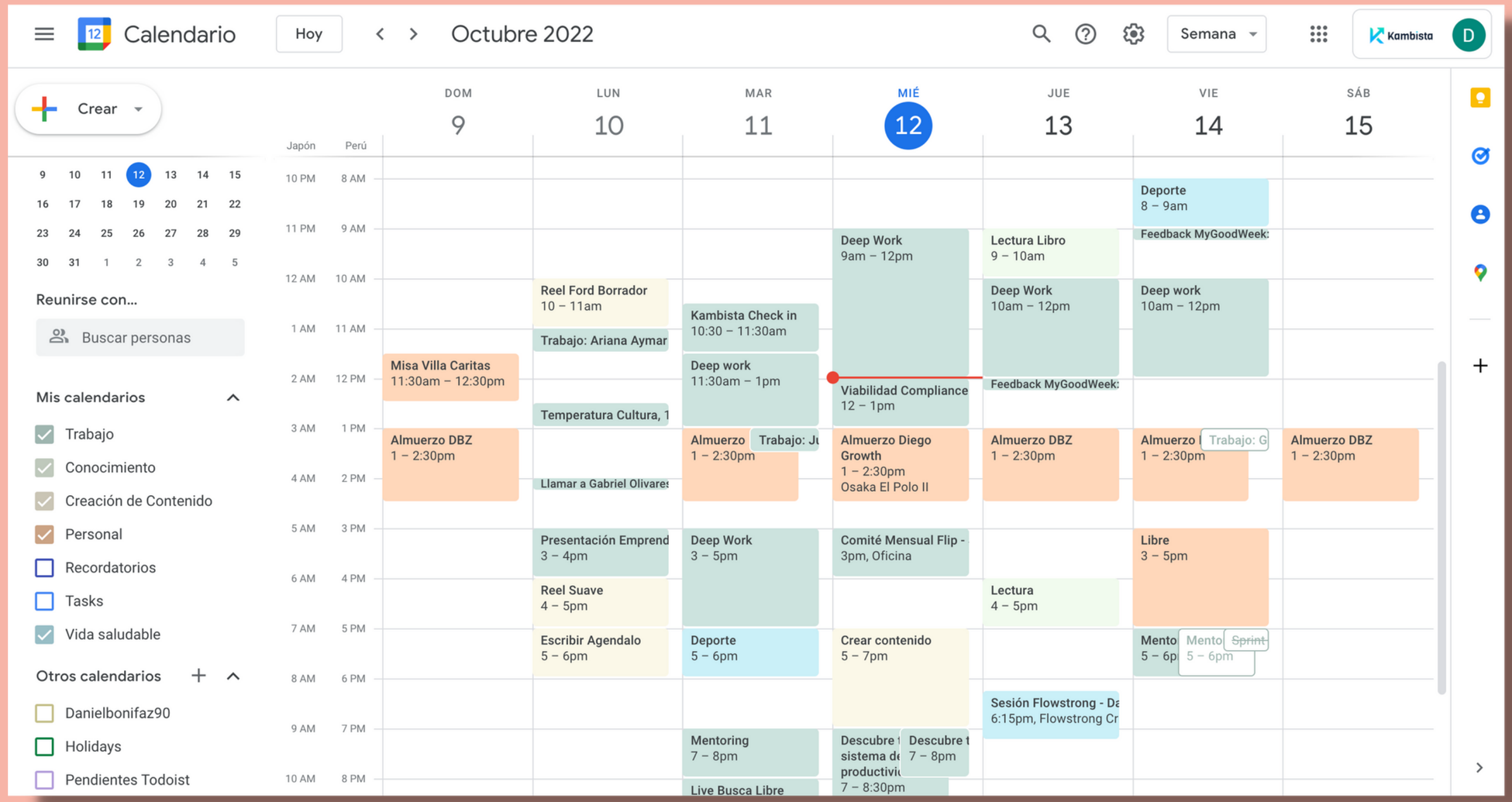
1% worse every day $0.99^{365} = 0.03$



JamesClear.com

La productividad consiste en ganar constantemente

Timeboxing


Calendario
Hoy
Octubre 2022
Semana
Kambista
Crear
DOM 9
LUN 10
MAR 11
MIÉ 12
JUE 13
VIE 14
SÁB 15
Japón
Perú
Reunirse con...
Buscar personas
Mis calendarios
Trabajo
Conocimiento
Creación de Contenido
Personal
Recordatorios
Tasks
Vida saludable
Otros calendarios
Danielbonifaz90
Holidays
Pendientes Todoist
Misa Villa Caritas 11:30am – 12:30pm
Almuerzo DBZ 1 – 2:30pm
Reel Ford Borrador 10 – 11am
Trabajo: Ariana Aymar
Temperatura Cultura, 1
Llamar a Gabriel Olivares
Presentación Emprend 3 – 4pm
Reel Suave 4 – 5pm
Escribir Agendalo 5 – 6pm
Kambista Check in 10:30 – 11:30am
Deep work 11:30am – 1pm
Almuerzo 1 – 2:30pm
Trabajo: Ju
Deep Work 3 – 5pm
Deporte 5 – 6pm
Mentoring 7 – 8pm
Live Busca Libre
Deep Work 9am – 12pm
Viabilidad Compliance 12 – 1pm
Almuerzo Diego Growth 1 – 2:30pm Osaka El Polo II
Comité Mensual Flip - 3pm, Oficina
Crear contenido 5 – 7pm
Descubre sistema de productivi 7 – 8pm
Descubre t 7 – 8pm
7 – 8:30pm
Lectura Libro 9 – 10am
Deep Work 10am – 12pm
Feedback MyGoodWeek:
Almuerzo DBZ 1 – 2:30pm
Lectura 4 – 5pm
Sesión Flowstrong - Da 6:15pm, Flowstrong Cr
Deporte 8 – 9am
Feedback MyGoodWeek:
Deep work 10am – 12pm
Almuerzo 1 – 2:30pm
Trabajo: G
Libre 3 – 5pm
Mento 5 – 6p
Mento
Sprint
5 – 6pm
Almuerzo DBZ 1 – 2:30pm

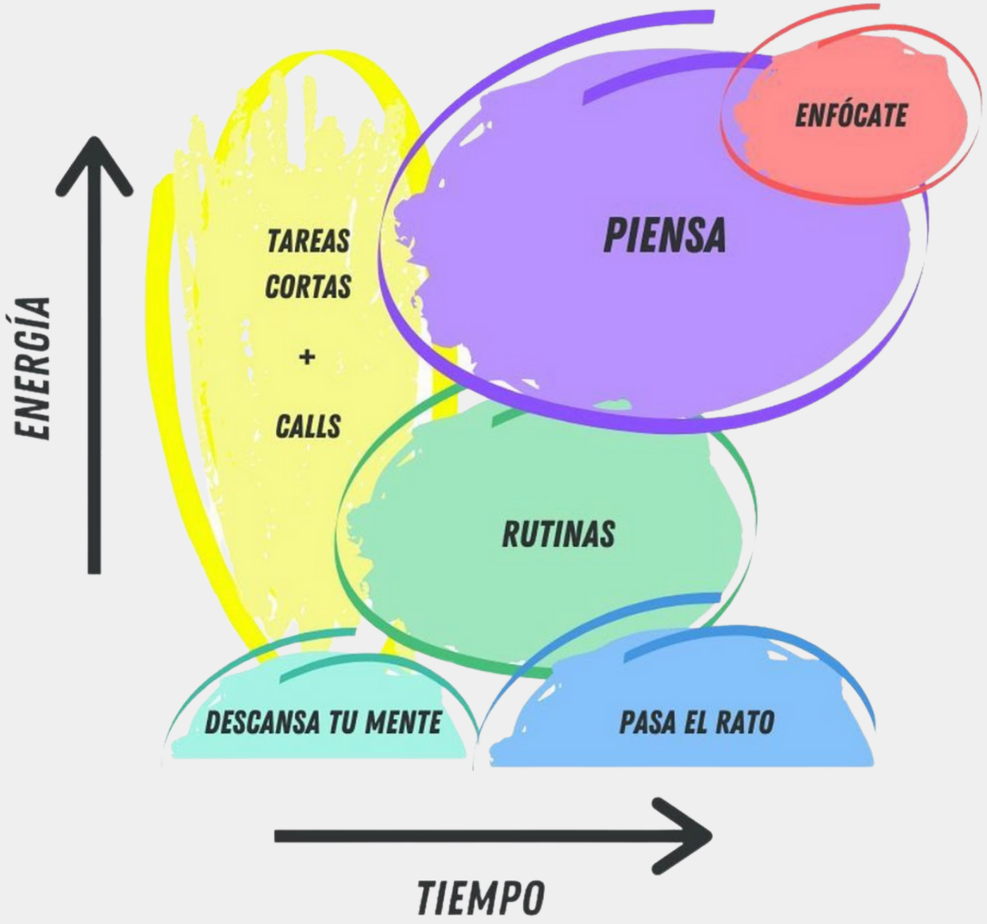
Vence las distracciones

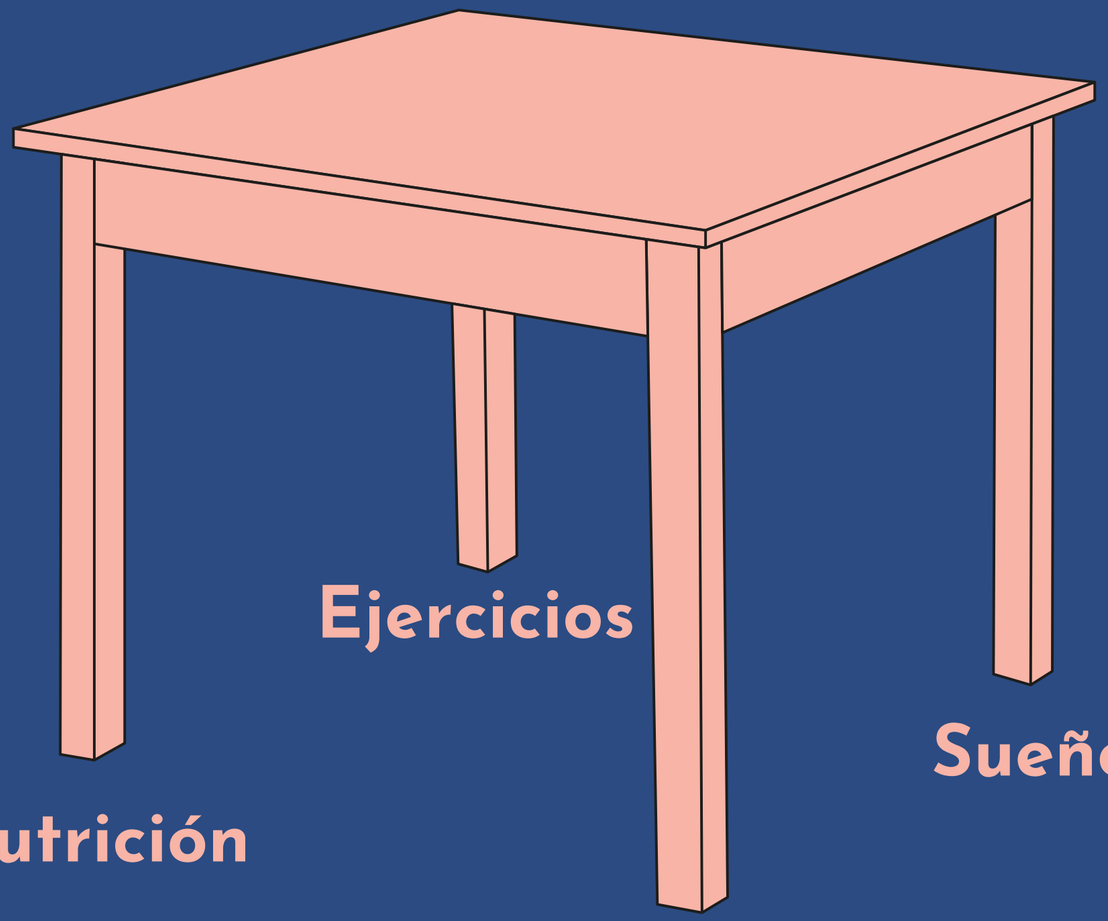
Técnica Pomodoro

- Se decide la tarea que se va a realizar
- Se programa el pomodoro (25 min)
- Foco hasta que suene la alarma
- Descanso de 5 minutos
- Repetir 4 veces el proceso

Cuida tu energía

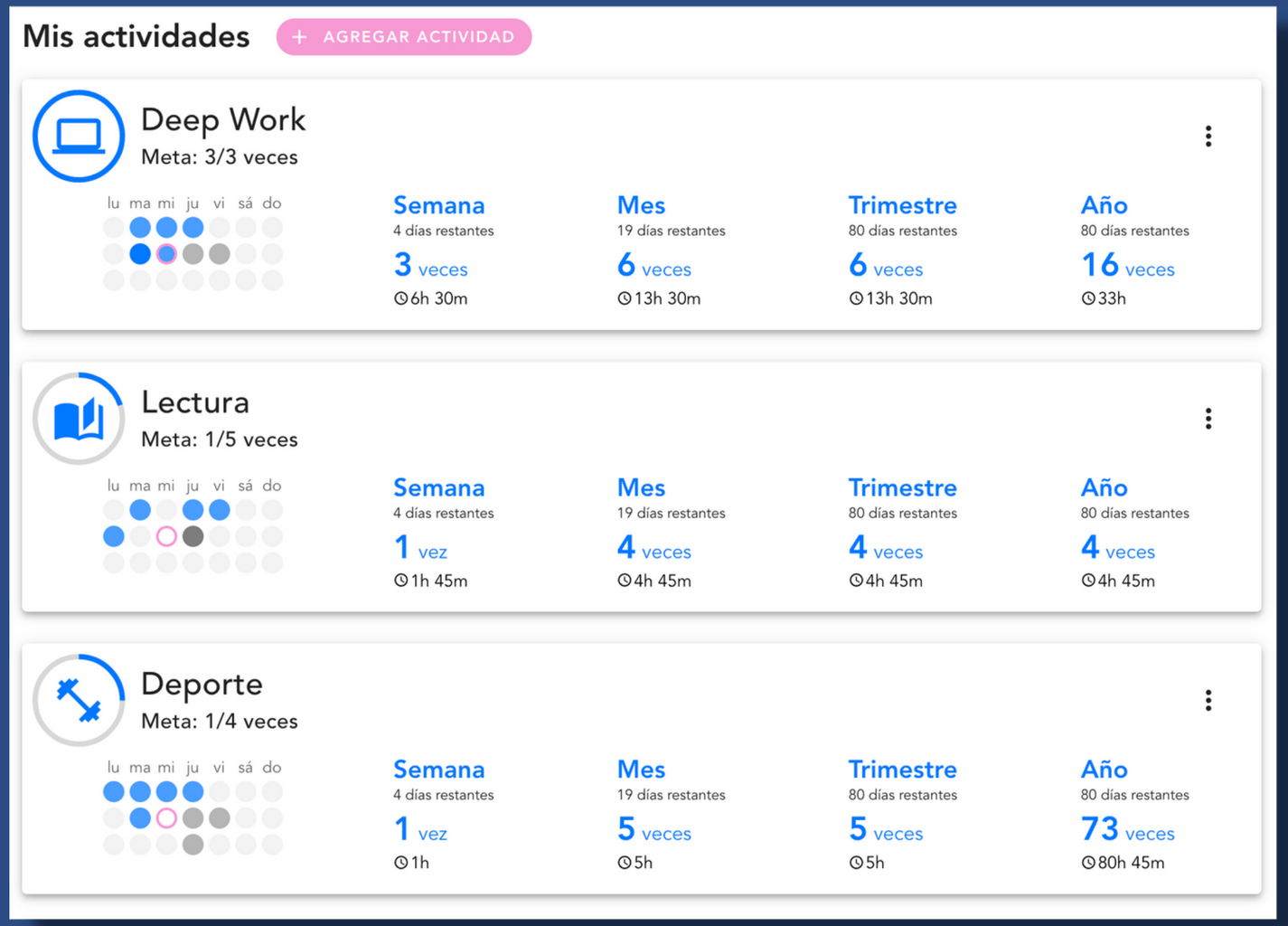
"Sabes que el antídoto para el agotamiento no es necesariamente el reposo... El antídoto para el agotamiento es el entusiasmo."
–HERMANO DAVID STEINDL-RAST




Ejercicios
Sueño
Nutrición
Pensamientos

Reflexión

Mide, optimiza y celebra



"Ser selectivo –hacer menos– es el camino hacia la productividad"

Tim Ferris

¡Muchas gracias!

Daniel Bonifaz

¿Tienes alguna pregunta?

Daniel Bonifaz